



Navegación a vela: Requisitos de Seguridad para las Actividades



El deporte de la navegación a vela ha llegado a desarrollarse muy tecnificada y competitivamente desde sus humildes comienzos en la historia, aunque los marineros todavía tienen que valerse de la fuerza del viento para impulsar sus embarcaciones. Existe una amplia variedad de [botes a vela](#), incluyendo veleros pequeños y grandes, balsas y multicascos. La navegación a vela no es recomendada para Daisy y Brownies.

Precaución: Las niñas no pueden operar embarcaciones a motor sin el permiso del concilio. Tienen totalmente prohibido realizar “parasail” (paracaídas arrastrado por una embarcación).

Sepa dónde practicar navegación a vela. Océanos y lagos son los ideales para la navegación a vela, pero muchos clubes de navegación ofrecen instrucciones en reservorios, ríos y arroyos. Conéctese con su concilio para obtener sugerencias. También, el sitio web de Los sitios de Internet estadounidense proveen una lista de centros, clubes y asociaciones para la navegación a vela en [U.S. Sailing](#) provee una lista de campings para practicar vela, clubes y asociaciones. [New to Sailing](#) para mayor información sobre asociaciones de vela internacionales.

Incorpore a niñas con discapacidades. Contacte niñas con discapacidades así como también a quienes las tengan a su cargo para evaluar sus necesidades y adaptaciones. Obtenga otros recursos en [International Association for Disabled Sailing](#).

Equipamiento para practicar navegación a vela

Equipo básico

- Prendas superpuestas que sean fáciles de quitar y cambiar según la temperatura ambiente (se recomienda una capa impermeable)
- Calzado tipo bota, cerrado y antideslizante/sandalias deportivas con correa en el talón o medias o calzado de agua (no usar calzado de playa)
- Protector solar con factor de protección 15 como mínimo
- Anteojos de sol
- Linterna con baterías de repuesto

Equipo especializado

- Las participantes deben usar un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera de Estados Unidos (se recomienda de Tipo III) que se ciña a las especificaciones para peso y altura. Inspeccione los chalecos salvavidas para cerciorarse que estén en buenas condiciones y no tengan rasgaduras. Lea [aquí](#) sobre chalecos salvavidas de la Guardia Costera.
- Guantes marineros (Ayuda a mantener las manos suaves y mejora el agarre)
- Cuchillo para aparejos
- Bocina de emergencia, como una corneta antiniebla o bengalas
- [Equipo de reparación de emergencia](#) (cinta adhesiva eléctrica, destornillador, pinzas, grilletes, línea extra, un equipo para coser, un repuesto de tapón de desagüe, una chaveta adicional con la traba, y un pedazo corto de línea o cuerda liviana)
- Remos (como una segunda instancia de propulsión)
- Achicador (un balde utilizado para remover el agua del bote)
- Al menos un elemento portátil de flotación que pueda ser agarrado o arrastrado (almohadilla flotante Tipo IV, anillo flotante, o equivalente) para cada grupo que se encuentre en el agua

Preparación para navegar a vela

- Contáctese con el concilio y con los padres.** Informe al concilio de Girl Scouts y a los padres/tutores sobre la actividad, incluyendo los pormenores sobre el equipamiento especial, la capacitación y el adiestramiento, medias de seguridad, ropa y equipamientos necesarios. Siga los procedimientos del concilio sobre la aprobación de la actividad, certificados de aseguración, y lineamientos del concilio sobre los exámenes generales de salud de las niñas. Haga los preparativos con anticipación para el transporte y confirme los planes antes de la partida.
- Las niñas planean la actividad.** Teniendo en cuenta el nivel de capacidad con relación a la edad, aliente a las niñas a adoptar un papel de liderazgo activo en la organización de los detalles de la actividad.
- Asegúrese de que las participantes sepan nadar.** Las habilidades para nadar de las participantes deben estar clasificadas y claramente identificadas (eventualmente, bandanas de color pueden identificar a las nadadoras principiantes, avanzadas, etc) en los sitios aprobados por el concilio, o bien las participantes deben proveer un certificado que demuestre que han aprobado un examen de natación. Consulte con su concilio de Girl Scouts para orientación adicional.
- Prepare el transporte y la tarea de supervisión.** La relación aconsejada entre adultos y niñas es de dos adultos sin vinculación entre sí (al menos uno de los cuales mujer) por cada:

- 16 Girl Scout Juniors
- 20 Girl Scout Cadettes
- 24 Girl Scout Seniors
- 24 Girl Scout Ambassadors

A estos debe agregarse un adulto más por cada:

- 8 Girl Scout Juniors
- 10 Girl Scout Cadettes
- 12 Girl Scout Seniors
- 12 Girl Scout Ambassadors

- Verifique los conocimientos y la experiencia del instructor.** Asegúrese que el instructor o adulto esté debidamente certificado como instructor de vela por la [U.S. Sailing](#) s y que además tiene el certificado de *American Red Cross Small Craft Safety*, o una certificación equivalente, o experiencia documentada y conocimientos en enseñanza y/o supervisión específica de navegación a vela. También asegúrese que al menos dos adultos estén presentes para supervisar la actividad de vela.
- Reúna los contactos claves.** Deje en su casa una hoja con el itinerario planeado; llame a la persona de contacto antes de la partida y al regreso. Confeccione una lista con la información de contacto de los padres o tutores de las niñas, con los números de teléfono de los servicios de emergencia y de policía, así como los contactos del concilio, y manténgala a mano o fíjela un un sitio de fácil acceso.
- Seleccione la embarcación adecuada según el tipo de agua y los tripulantes.** Cerciórese además de lo siguiente: El peso y la capacidad del bote no deben estar excedidos (algunos botes exhiben claramente la capacidad máxima). Tenga en cuenta el tiempo, las condiciones del agua, el peso de los pasajeros y el equipamiento.
- Redacte un plan de navegación.** Si está participando de una excursión de larga distancia a vela, redacte un plan con las autoridades locales que incluya los nombres de los pasajeros a bordo, el destino, la descripción del bote, el tiempo de partida y el de regreso, así como detalles adicionales sobre rutas y comunicaciones marinas. La Guardia Costera provee un [formulario electrónico](#) que se puede imprimir.
- Prepárese para emergencias.** De no haber un guardavidia en servicio, debe estar presente un adulto con experiencia y/o certificación en rescate y reanimación; por lo menos un adulto debe tener un certificado o experiencia equivalente en seguridad en botes pequeños (una persona puede tener ambas calificaciones). Cerciórese de la presencia de un equipo de primeros auxilios a prueba de agua y de una persona encargada de los primeros auxilios con su correspondiente certificado, incluyendo el CPR o CPR/AED para adultos y niños, en condiciones para atender casos de semiahogados, hipotermia por inmersión y quemaduras de sol. Si alguna parte de la actividad está localizada a 60 minutos o más de los servicios médicos de emergencia, asegure la presencia de un encargado de primeros auxilios (nivel 2) para Primeros Auxilios en un Áreas Silvestres y Remotas. Lea el *Fundamentos para Voluntarios* (*Volunteer Essentials* en español) para más información sobre los estándares y entrenamiento para primeros auxilios.

En el día de la práctica de navegación a vela

- ❑ **Obtenga un informe meteorológico.** Nunca navegue en un día excesivamente tormentoso. El día de la navegación, consulte weather.com (que incluye pronósticos marinos, incluyendo la temperatura del agua y las alturas de las olas), para determinar si las condiciones son adecuadas. [Intellicast](#) también informa sobre las condiciones para la navegación a vela. Si las condiciones del tiempo impiden la práctica del deporte, tenga preparado un plan o actividad alternativo.
- ❑ **Revise las advertencias de rescate.** U.S. Sailing provee instrucciones para la [recuperación de embarcaciones pequeñas](#).
- ❑ **Emplee el sistema de parejas.** Las niñas están divididas en equipos de dos. Cada niña elige a una pareja y es responsable de permanecer con ella en todo momento, alertándola de peligros, dándole asistencia inmediata si fuese posible, y buscando ayuda cuando las situaciones así lo exijan. Si alguien del grupo resultase herida, una persona la cuida, mientras las otras dos procuran ayuda.
- ❑ **Esté preparada ante la posibilidad de una tormenta eléctrica.** Abandone inmediatamente el agua y busque refugio, evitando objetos elevados (incluyendo árboles, edificios y postes eléctricos). Encuentre el punto más bajo en una superficie plana y abierta. Agáchese lo más posible contra el piso, y ponga las manos sobre las rodillas y la cabeza en el medio de estas últimas. Durante la tormenta, si no pudiera llegar a alcanzar la orilla, asegure todo el equipo suelto, observe atentamente los otros botes y las obstrucciones, avance en 45 grados con respecto del viento y permanezca agachado.
- ❑ **Para un fondeo seguro.** Asegúrese que todas las amarras están en buenas condiciones. Siga los lineamientos generales de seguridad para el fondeo provistos por el establecimiento que mantiene las embarcaciones y asegúrese que la embarcación está firmemente amarrada al muelle antes de que los participantes abandonen la embarcación.

Sitios en la Web sobre navegación a vela

- **American Sail Training Association:** www.tallships.sailtraining.org
- **International Sailing Federation:** www.sailing.org
- **U.S. Sailing:** www.ussailing.org
- **U.S. Coast Guard's Boating Safety Division:** www.uscgboating.org

Conocimiento de navegación a vela para las niñas

- **Esté preparada para competir.** Lea sobre reglamentos para competencias en [U.S Sailing](#) y en [International Sailing Federation](#).
- **Sepa de nudos.** La navegación a vela usa un número de líneas de [manipulación especial](#) y técnicas de [anudado](#).

Jerga de navegación a vela

- **Timón:** El mecanismo (o dirección) para conducir el bote a vela
- **Mástil:** El palo mayor al cual está fijado el velamen

- **Regata:** Una competencia de botes a vela que tradicionalmente se desarrolla sobre una distancia de 2,000 metros (1.25 millas)
- **Spinnaker:** Una vela grande y liviana